2.024 Nátierka kuracia s jablkami
l00 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, 1, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
kuracie prsia	0,60	0,60	0,70	0,70	0,80	0,80	0,90	0,90
maslo	0,75	0,75	0,95	0,95	1,20	1,20	1,40	1,40
syr tvrdý	0,25	0,25	0,35	0,35	0,45	0,45	0,55	0,55
smotanový syr	0,25	0,25	0,35	0,35	0,45	0,45	0,55	0,55
jablká	0,30	0,20	0,40	0,26	0,50	0,32	0,60	0,40
pažítka	0,10	0,08	0,10	0,08	0,10	0,08	0,15	0,12
soľ	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,07	0,07
smotana	0,25	0,25	0,35	0,35	0,40	0,40	0,50	0,50
hmotnosť porcie v g	20		26		32		40	

Výrobný postup

Kuracie prsia umyjeme, uvaríme v mierne osolenej vode. Po uvarení zomelieme. Maslo vymiešame so strúhaným syrom, smotanovým syrom, očistenými postrúhanými jablkami a smotanou. Pridáme zomleté kuracie mäso a dobre premiešame. Dochutíme soľou a dobre umytou posekanou pažítkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	327	79	2,74	7,4	0,0	0,4	0,1	43,2	0,2	0,055	0,0	0,0	0,7	0,0
B	419	101	3,44	9,5	0,0	0,6	0,1	59,5	0,3	0,071	0,0	0,0	0,7	0,0
C	527	126	4,15	12,0	0,0	0,7	0,1	75,8	0,3	0,089	0,0	0,0	0,8	0,0
D	620	149	4,86	14,1	0,0	0,8	0,1	92,9	0,4	0,106	0,0	0,1	1,1	0,0